

# 高等学校家庭科における食文化伝承<sup>†</sup>

和氣 清美\*・大森 玲子\*\*  
 栃木県立那須拓陽高等学校\*  
 宇都宮大学教育学部\*\*

## 概要

近年、食料自給率の低下が問題視されている中、国産農産物の消費拡大、地産地消推進等が有効な改善策として注目されている。特に、食育活動の一環でもある伝統食や郷土料理に代表される食文化の伝承は、国産農産物の消費拡大に重要な役割を果たすと期待されている。本稿では、高校生の郷土料理に関する意識を分析し、高等学校家庭科における栃木県の食文化伝承について検討した。

キーワード：食文化 食意識 伝統食 郷土料理

## 1. 研究の背景と目的

日本の食料自給率は、他の先進国と比較して極端に低下している。日本の自給率は1970年には60%を維持していたが、現在では人口の増加や農業従事者の減少、廉価な輸入品の増加などの理由により40%と深刻化している。最近では食料自給率をあげる方策として国産農産物の消費拡大が最も有用な手段であると考えられつつある。「生産」「流通」「消費」の各現場で問題意識を認識・共有し、全ての国民（消費者・企業・団体・地方公共団体など）が一体となって国産農産物の消費拡大を具体的に押し進めることを目的として、農林水産省は平成20年度「食料自給率向上に向けた国民運動推進事業」を立ち上げた。各地方自治体においては、自給率向上に向けて地産地消の運動が盛んに行われており、地産地消を活用した伝統食・郷土食が見直されつつある。栃木県教育委員会では、2008年度「とちぎの食育—学校からのアプローチ—」で「①食事の重要性、②心身の健康、③食品を選択する能力、④感謝のこころ、⑤社会性（マナー等）、⑥食文化」の6つの指導目標を掲げている。栄養教諭が配置されていない高校では、家庭科教育が果たす食育の役割は重要である。本研究では、食育、特に食文化に焦点を絞り、地域の食文化の歴史や先人の知恵・技術を学び、さらに新たな食文化創造への関心を高め、豊

かな食生活に向けて選択・実践できる力を養う有効的な教材を開発し、検討することを目的とした。

## 2. 研究の構成

- (1) 栃木県立T高等学校における意識調査
- (2) 栃木県食文化の検証
- (3) 実践活動—授業実践

【郷土料理「現代風しもつかれ」】

- (4) 考察とまとめ

## 3. 結果と考察

- (1) 栃木県立那須拓陽高等学校における意識調査

実施日：2008年11月6日～11月25日の1日

対象者：栃木県立T高等学校 1学年 242名

回収数：216名分 [回収率：89.3%]

家族構成：核家族48%、三世代以上拡大家族52%

①しもつかれの認知度・使用道具「鬼おろし」の有無に関する質問

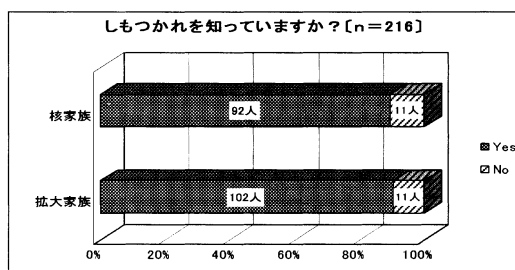


図1 しもつかれの認知度

図1より、しもつかれに関して「知っている」と答えた生徒は、若干核家族世帯が低くなっているものの概ね9割の割合を占めた。食育基本法が成立し「とちぎの食育」プランも進められているなか、小・中学校

<sup>†</sup> Kiyomi WAKI\* and Reiko OHMORI\*\*: A tradition of food culture through the home making lessons in high school.

\* Nasu takuyou high school, Tochigi

\*\* Faculty of Education, Utsunomiya University

の給食に郷土料理「しもつかれ」が導入されていることなどが、認知度を高めている要因の一つとして考えられた。

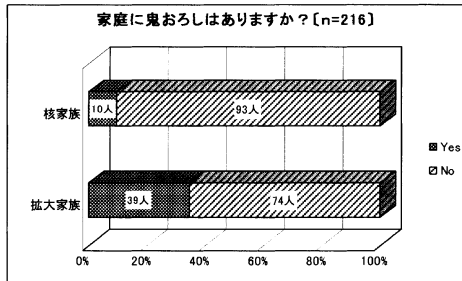


図2 鬼おろしの有無

しもつかれを作る上で欠かせない道具である「鬼おろし」の有無に関しては、図2に見られるように核家族世帯では「Yes」の割合が1割も満たず、拡大家族世帯では3割と差が見られた。質問時に家庭での確認が徹底されていないので、実際にはもう少し「Yes」の割合が増えると思われる。しかしながら、核家族世帯と拡大家族世帯ではあきらかに差が見られることから、拡大家族世帯と比較し核家族世帯ではしもつかれが家庭で作られていない可能性が高い。核家族で共働きであれば、鮭の頭部を3時間以上煮て作るしもつかれは大変手間がかかる料理であり、倦厭される傾向にあると考えられた。

## ②しもつかれを食べた経験・場所に関する質問

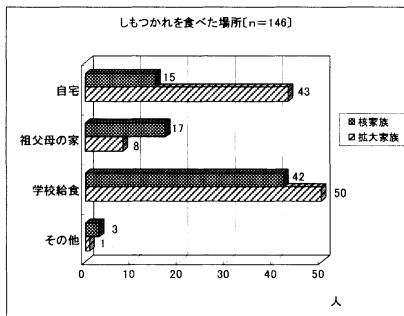
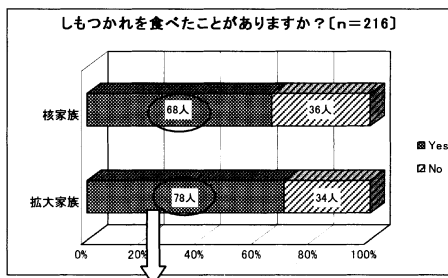


図3 しもつかれを食べた経験・場所

しもつかれを食べた経験については、図3より「Yes」の割合が核家族世帯は約6割、拡大家族世帯は7割弱であった。高校生までの成長期間に栃木県民でありながら、しもつかれを食べたことがない生徒が約半数いることは、残念な結果であった。しもつかれを食べた場所に関しては、核家族世帯と拡大家族世帯では大きな差が見られた。核家族世帯では、圧倒的に「学校給食」での経験が多く、自宅や祖父母の家の割合は1/3に留まった。拡大家族世帯では、若干「学校給食」が上まったものの同数程度「自宅」で食べた経験者がいた。このような状況から、拡大家族世帯の方が核家族世帯より家庭でしもつかれを味わう機会に恵まれていることがわかった。給食における経験に関しては216名中92名と半数以下に留まった結果から、給食が全く提供されなかったケースと提供されても食べない「食わず嫌い」の傾向があると考えられた。その他の意見としては、「隣の家から頂いた」「祭りで食べた」「小学校のクラブ活動で食べた」などの声が寄せられ、地域での経験が見られた。

## ③しもつかれの好き嫌い・嫌いな理由に関する質問

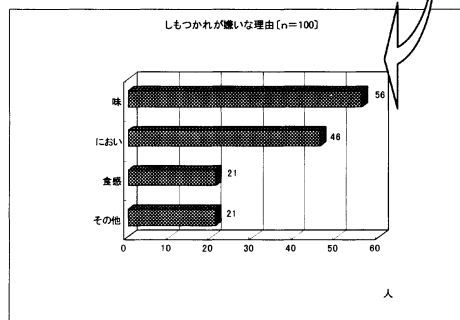
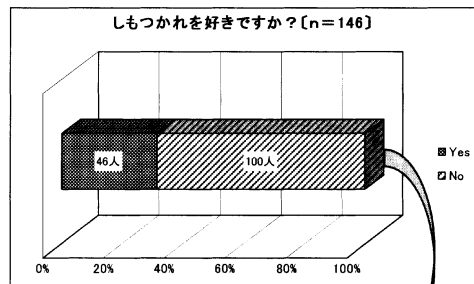


図4 しもつかれの好き嫌い・嫌いな理由

しもつかれを食べた経験がある生徒146名に、しもつかれの好き嫌いを質問したところ約8割の生徒が嫌いと答えた(図4)。嫌いな理由としては、「味」及び「におい」を挙げる生徒が多かった。しもつかれに含まれる鮭の頭部や酒粕のにおいが影響してい

と考えられる。K市内で行ったしもつかれに関するアンケート調査では、40歳代から60歳代の成人は「好きである」と答えている割合が高く、「子供の頃は好きではなかったが、大人になってから好きになった」「飲酒できるようになってから好きになった」と味覚の変化を挙げている。味蕾細胞が未発達な子供達が、成長し様々な食経験を通して「しもつかれの旨味」を理解できる可能性を示唆している。しかし、「嫌い」「おいしくない」という感覚を少しでも改善しなければ、「しもつかれ嫌い」に歯止めがかからない。栄養価が高く、先人の知恵の結集である「しもつかれ」を受け入れられるように工夫する必要がある。提供されるものを食べるだけでなく、自ら作って食べる経験をさせることも改善の糸口になると考えられた。

#### ④しもつかれ以外の栃木県の郷土料理に関する質問

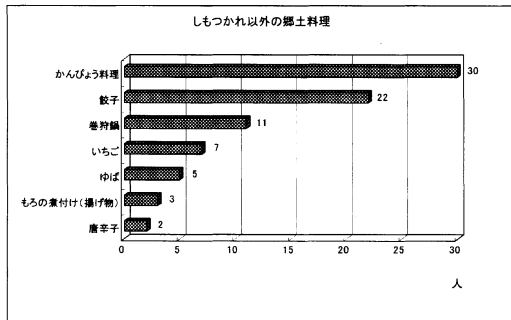


図5 しもつかれ以外の郷土料理

9割以上の生徒が栃木県の郷土料理として「しもつかれ」を理解しているが、それ以外の郷土料理について質問したところ、図5の通り「かんぴょう料理」が30名、「餃子」が22名、「巻狩鍋」が11名という結果であり、しもつかれ以外の郷土料理を全く答えられない生徒が多数見られた。傾向としては、具体的な料理名と言うよりはかんぴょう、いちご、ゆば等栃木県の特産物が挙げられている。また、宇都宮市の街おこしとして盛んにPRされた餃子を郷土料理として捉えていることやTVの番組で取り上げられた「もろ(ネズミ鮫)の煮付け」が挙げられていることからマスメディア等情報機関が大きく影響している。さらに、那須塩原市ならではの料理として祭りで提供される「巻狩鍋」、大田原市の特産品「唐辛子」を挙げている点では地域と根ざしたものを郷土料理として捉えていることがわかった。その他少数意見としてそば、のっぺい汁、牡丹鍋、佐野ラーメン、ジャガイモ入り焼きそば等があり、

ご当地名物料理として扱われているものが回答された。以上のことから、限られた情報の中で栃木県内の様々な郷土料理についてあまり伝承されず、理解されていない状況にあると言える。原因としては、核家族化や地域交流の希薄化など、地域の伝統や文化が継承される機会が少なくなっていることが考えられる。農業が盛んな栃木県には、豊かな食材と食文化が築かれているので、あらゆる場面で伝えていく必要があると認識した。学校教育においては、家庭科調理実習や給食への積極的な導入が求められる。

#### (2) 栃木県食文化の検証

##### ◆昭和初期に農村地区別に見る食の特徴◆

栃木県は、東部、北部、西部の山地を除くと、鬼怒川や那珂川など大河川の流域で広大な平地が広がっているため、農業が盛んに行われ豊かな農産物を中心に栃木の食文化が成立している。日常の食事は、大麦飯と味噌汁、漬物と納豆が基本であり、高冷地や山村ではひえ、そばなどの雑穀の割合が多くなる。大麦は、下煮したり、ひき割りにし、そこに白米を加えるが、水田が少ない地域では大麦の割合が多くなる。また、大根や里芋、さつまいもを入れた「かて飯」が一般的に食べられ、白米の節約を心掛けていた。さらに、海の幸には恵まれないが、山菜や川魚、鳥獣が豊富でビタミン、タンパク質源となる食材にも恵まれていた。気象や土地条件などの風土性から県内を図6のように6つの地域に区分し、それぞれの地域ごとに食の特徴を検討することができる(図6 表1、2)。

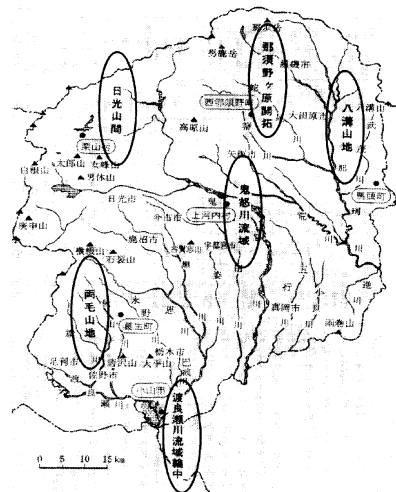


図6 栃木県の地域区分

引用：聞書栃木の食事（農文協）

表1 昭和初期の農村地区別に見る食の特徴

地域名	食文化の類型	基本食(主食)	晴れ食(主食)	野菜・山菜	魚介・鳥獣	大豆の加工
鬼怒川流域 〔上河内〕	米麦型	麦飯(米と引き割り)、ひえ飯、うどん、だんご汁	赤飯、もち、米粉だんご、炭酸もち	里芋、大根、わらび、ぜんまい、きのこ	あゆ、うなぎ、あいそ、どじょう	干し納豆、納豆、豆腐
日光山間 〔栗山〕	雑穀型	ひえ飯、麦飯、そば	そば、ぼんだいもち、小豆飯	川俣菜(かぶ)、大根、じゃがいも、わらび、ぜんまい、ふき、きのこ	いわな、やまめ、溪流魚、鹿、山鳥、むささび	でんがく、ちからわらび、じんだもち、つの出し豆
那須野ヶ原開拓 〔西那須野〕	麦・雑穀・いも型	麦飯、糧飯(十いも)、だんご汁、そばがき	白飯(陸稲)、赤飯、もち	里芋、さつまいも、じゃがいも、大根、人参、きのこ、ぜんまい、わらび、山ふき、よもぎ	川魚・貝類、いわし、さんま	干し納豆〔晴れ食:豆腐、浸し豆〕
八溝山地 〔馬頭〕	麦・雑穀型	麦飯、うどん、そば、法度汁、焼もち	もち米料理、粉もち	白菜、大根、各種山菜	川魚、しじみ、山鳥、うなぎ	納豆、とき納豆、豆腐
渡良瀬流域輪中 〔小山〕	米麦型	麦飯(米と引き割り)、ひえ飯、うどん、麦きり	赤飯、もち米、粉だんご	里芋、各種野菜、せり	どじょう、ふな、こい、なまず、うなぎ、ささえび、たにし、しじみ、鴨	納豆、豆腐、煮豆、呉汁
両毛山地 〔葛生〕	麦・雑穀型	麦飯、糧飯(十いも)、うどん	赤飯、もち、米粉だんご、そば料理	里芋、各種野菜、きのこ、各種山菜	かじか、はや、うなぎ	呉汁〔晴れ食:豆腐〕

表2 昭和初期の農村地区別特徴的料理

地域名	特徴的料理
鬼怒川流域〔上河内〕	鮎のくされずし、柿もち、柚子巻き、かんぴょうの卵とじ、しもつかれ
日光山間〔栗山〕	石焼き、よっこもち、しっぽくそば、じゅうねっこだんご、ぼんだいもち、湯波、乳茸そば、とちもち
那須野ヶ原開拓〔西那須野〕	すいとん、おつけかき、くずまわし、いとこ煮、いなごの佃煮、おおびら、はっとう汁、浸し豆、巻狩鍋
八溝山地〔馬頭〕	はっとう汁、ふなの甘露煮、ざく煮、干し飯
渡良瀬流域輪中〔小山〕	えび大根、なまずの天ぷら、ふなぬた、どじょうの卵とじ
両毛山地〔葛生〕	いもかん、とつちやなぎもち、耳うどん、小豆粥、ちゃのこ、いがまんじゅう

## 補足説明

## 「しもつかれ」

二月初午の日には、畑の穴に保管してある大根、人参を掘り出して「しもつかれ」を作る。そのころの大根、人参は芽が出始め、鬆が入り水気がなくなりおいしくないの、鬼おろし(鬼の歯を連想されることからこの名がついた)で粗くおろして用いる。その他節分時にとっておいた大豆、正月に食べた残りの塩引き(鮭)の頭、酒粕、油揚げを入れ、前日に作り一晩ねかせる。初午の朝は赤飯をふかし、藁で振り分けの小さい「つとっこ(藁苞)」を作り、赤飯としもつかれを別々に入れ、氏神様と村のお稲荷様にあげる。また、家の柿の木や屋根に「つとっこ」を捧げて、無病息災を祈願した。しもつかれを三軒(または七軒の説がある)食べると中気(脳出血後におこる身体の麻痺)に罹らないといわれ、隣近所を食べ歩く。江戸時代初期ころから作られるようになり、江戸期には飢餓救済の

救荒食として活用した。

## (3) 実践活動

ー授業実践【郷土料理「現代風しもつかれ」】ー

## ◆本校生意識調査における問題点の把握◆

- ①核家族の家庭ではしもつかれが作られていない傾向がある。
- ②しもつかれを食べない生徒が多い。
- ③しもつかれを嫌いな生徒が多い。

理由としては？

味・におい

## ◆問題点の改善策◆

調理テキスト「わくわくクッキング」、料理研究家安彦よし氏考案の「新しもつかれ」レシピを参考に改善策を検討する。

- ①しもつかれを手軽に作れるレシピ〔現代風しもつかれ〕の作成

※手間の掛かる「塩鮭の頭部」の下処理

→「塩鮭の切り身」で代用

[熱処理方法]

A：ゆでる  
B：焼く

検討→香りや旨味成分の点から  
B：焼く方法が良い。

[旨味成分]

頭部に比較し、切り身の場合旨味が劣るため

「顆粒だし」等旨味を添加する。

## ②味・においの改善

※酒粕の分量の検討、消臭効果の検討

A：酒粕 100g  
B：酒粕 50g  
C：酒粕 30g

[分量5人分]

検討→においが強くすぎず  
風味が良いのは、  
C：30g

さらに、消臭効果のある牛乳50mlを加えることで味が円やかになる。

## ◆従来のしもつかれ・現代風しもつかれの比較◆

メリット／デメリットは...？	
従来のしもつかれ	現代風しもつかれ
<b>③メリット③</b> ・エコクッキング ・独特の旨味がある →鮭の頭による「だし」効果  <b>③デメリット③</b> ・手間がかかる →鮭の頭をおろす ・時間がかかる →数らかく仕上げる	<b>③メリット③</b> ・手間がかからない →切り身の使用 ・短時間でできる ・風味が円やか →酒粕に牛乳を使用  <b>③デメリット③</b> ・旨味の不足 →旨味調味料の添加 ・エコロジーの精神 →伝統の希薄化

<栄養価>…1食分中

「従来しもつかれ」 「現代風しもつかれ」

Ca： 412mg → 103mg

Fe： 6.1mg → 1.8mg

## ◆生活者としての選択◆

伝統文化のメリットを理解しつつ、ライフスタイルに合わせて「従来のしもつかれ」と「現代風しもつかれ」の選択を行うことに留意させる。

## ◆家庭科『調理』学習指導案◆

日時：平成21年2月6日（金）第2～4限

場所：栃木県立T高等学校

[家庭経営室・調理室]

対象生徒：食物文化科1年39名

指導者：家庭科教諭 和氣 清美

使用教科書：調理1（実教出版）

わくわくクッキング（教育図書）

## 1）単元名

日常食の調理（応用編）～郷土料理を作ろう～

## 2）単元の目標

調理に関する基本的な知識と技術を学び、豊かな食生活を営むことができる。また、日本の食文化に関する知識と技術を習得し、食文化の伝承と創造に寄与する能力と態度を身につける。

## 3）単元設定の理由

現代の食生活は、食料自給率の低下や異物混入、偽装等の安全問題、さらには肥満やメタボリックシンドロームに代表される生活習慣病等、様々な課題がある。未来の生活者となる生徒達が、食への関心を高め、正しい認識のもと自ら判断し選択できる力を身に付けることが必要である。「温故知新」…郷土料理を題材にすることで各地域の気候風土や歴史を背景に先人の知恵によって発展してきた食の文化的・社会的な役割を学ばせ、食文化の伝承や創造に寄与する能力や実践的態度を身に付けさせることは大変意義深い。また、地産地消を促進することに繋がり、食への関心が高まり豊かな食生活への一歩となると考え、設定した。

## 4）評価規準

表3 評価規準表

関心意欲態度	思考・判断	技能・表現	知識・理解
○積極的に学習に取り組んでいるか。	○日本の食文化に課題を見つけているか。	○学んだ知識や技術を新しい調理法や食卓構成に生かしているか。	○郷土料理の特徴、調理法を理解できているか。

## 5）指導計画

調理の基本

20時間

①調理の心がけ

②調理の目的と意義

③調理の内容

調理実習

85時間

①調理の基本

②日常食の調理（基礎編）

③日常食の調理（応用編）

○郷土料理を作ろう（本時3時間）

# 6) 本時の指導内容

## ①題材名 調理実習「郷土料理を作ろう」

○現代風しもつかれ ○赤飯 ○干瓢の卵とじ  
→栃木県の特産品活用

## ②指導の目標

○栃木県の食事情、郷土料理を学ぶ。

○「しもつかれ」についての知識や技術について学習し、家庭であまり作られない問題点を把握し、改善に向けた技法を習得する。

○炊飯器を活用した赤飯の炊き方を学習する。

○かんぴょうの扱い方を習得する。

# 7) 指導過程

指導内容	学習活動	指導上の留意点
<p>○学習内容の確認</p> <p>○栃木県の郷土料理についてアンケート結果を示し、把握する。</p> <p>○実習内容の説明をする。</p>	<p>◎本時の学習内容の理解する</p> <p>◎栃木県の郷土料理「しもつかれ」を学ぶ</p> <p>◎本時の実習内容について段取りや役割を理解する</p> <p>※調理室へ移動</p>	<p>・食料自給率など食事情を踏まえた上で本時の学習内容を理解するように促す。</p> <p>・しもつかれの由来や特徴について説明する。</p> <p>・「つとっこ」の活用を示す。</p> <p>・しもつかれの問題点に関する改善策を示す。 (簡略化されたしもつかれの調理法を紹介)</p> <p>・実習の段取り・役割分担を指示する。</p>
<p>○ポイントに関して示範する。</p> <p>○実習指導する。</p>	<p>身支度・用具・材料の確認</p> <p>実習開始</p> <p>【赤飯】</p> <p>①小豆を煮る</p> <p>※茹でこぼし</p> <p>②小豆と煮汁を分ける</p> <p>③餅米＋粳米</p> <p>→洗米</p> <p>④煮汁＋水を加え浸水</p> <p>⑤＋小豆</p> <p>普通に炊飯器で炊く</p> <p>【干瓢の卵とじ】</p> <p>①かんぴょうを塩もみ、ゆでる</p> <p>→1cmに切る</p> <p>②みつば1.5cm、卵、かんぴょうを混ぜる</p> <p>③だし汁＋塩、醤油</p> <p>④沸騰後、②をスプーンで落とす</p> <p>盛り付け・試食</p> <p>【しもつかれ】</p> <p>①鮭の切り身を焼く→身をほぐす</p> <p>②大根・人参を鬼おろしで</p> <p>③鍋に煎り大豆＋水を加え浸水</p> <p>④油揚げは油抜き→短冊切</p> <p>⑤酒粕＋牛乳</p> <p>⑥鍋に①②④を加え煮る</p> <p>⑦⑤を加える</p> <p>⑧顆粒だし砂糖・醤油で味を調える</p> <p>盛り付け・試食</p>	<p>・材料の扱い方、切り方等を指示する。</p> <p>・安全性に留意する。</p> <p>・小豆の茹でこぼし方を注意させる。</p> <p>・小豆は割れやすいので煮すぎない。</p> <p>・小豆の煮汁捨てないように注意する。</p> <p>・鮭の切り身を焼くことによって生臭み防止、旨味の流出防止を留意させる。</p> <p>・大豆を浸水させることによって煮えやすくなることを示す。</p> <p>・油揚げについて味が浸みやすくなるように油抜きすることとを留意させる。</p> <p>・大根と人参を鬼おろしでおろすによる効果を示す。</p> <p>・酒粕に牛乳を加えることで円やかになることを示す。</p> <p>・かんぴょうの下処理を再度指示する。</p> <p>・かんぴょうの卵とじは、沸騰してからスプーンで落とす。 (卵の熱凝固性)</p> <p>・盛り付けの配膳を注意させる。</p> <p>・グループごとに試食するように指示する。</p>
<p>○まとめと評価</p> <p>○後片付け</p>	<p>◎まとめと反省・評価を各自行う。</p> <p>○後片付けをする</p>	<p>・プリントにまとめと反省・評価を行うように指示する。</p> <p>・ライフスタイルに合わせて選択するように指導する。</p> <p>・後片付けのチェックをする。</p>

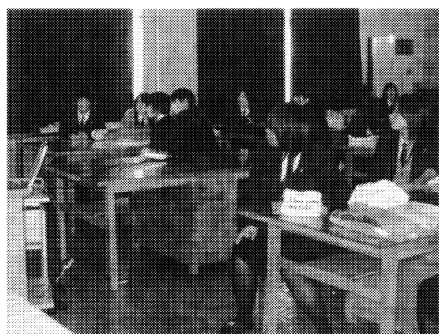


図7 講義を受ける生徒の様子

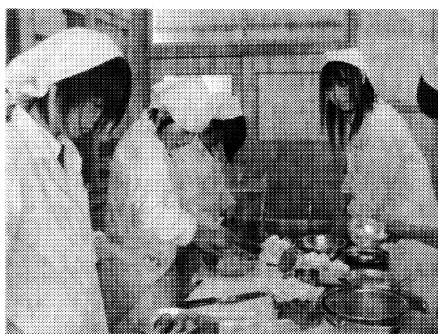


図8 実習に取り組む生徒の様子



図9 「鬼おろし」に苦戦している生徒



図10 試食風景

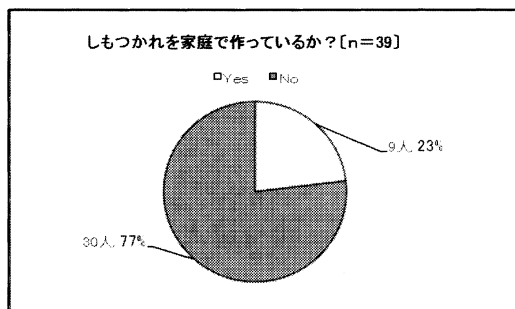


図11 しもつかれを家庭で作っているか

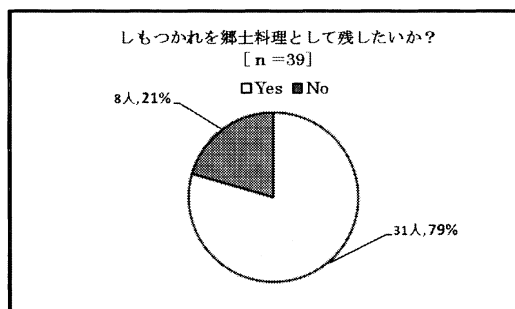


図12 しもつかれを郷土料理として残したいか

#### ◆考察◆

実践活動では、現代の若者に倦厭されつつある栃木県の郷土料理「しもつかれ」を題材に取り上げた。授業該当クラスで「しもつかれ」を家庭で作っているかアンケート調査を行ったが、「作っている」家庭は39世帯中僅か9世帯に留まった(図11)。「作らない」理由として、「手間・時間がかかる」「作り方がわからない」などが挙げられた。家庭の中で、郷土料理「しもつかれ」が伝承されにくくなっている現状が伺える。家庭の中で「しもつかれ」が伝承されなければ、栃木県が築き上げてきた大切な食文化が途絶えてしまうことになる。今後ますます地域や学校現場が食文化を伝承する役割を担っていくことが重要になってくる。特に、家庭科調理実習は食文化を体験的に学ぶことができる良い機会であり、積極的に食文化伝承に関わる教材を取り上げていく必要がある。郷土料理「しもつかれ」に関しては、前述の生徒の意識調査で、食べた経験が約6割、経験者中8割が「嫌い」と回答していることから、「受け入れられない」原因を把握し改善策を検討することにした。従来のしもつかれは、正月用の鮭で残つ

た頭部と鬆があいた野菜、節分で余った大豆を利用したエコッキングであり、栄養価が高い頭部には旨味が多く含まれている。しかし、鮭の頭部を用いることは、手間と時間がかかり、圧力鍋を使用しなければ3時間ほど煮なければならない。まず、手間と時間を省くために鮭の「頭部」から鮭の「切り身」に材料を変更することにした。生徒がしもつかれを嫌いな理由としてあげた「におい」の改善策としては、酒粕の減量および消臭作用のある牛乳に酒粕を浸して用いることにした。改良したしもつかれを「現代風しもつかれ」として提案するとともに、「従来のしもつかれ」と比較をすることで、それぞれの栄養や特性上のメリット・デメリットを理解し、生活者がライフスタイルに合わせた選択をしていく必要性を促した。その他講義では、しもつかれの歴史や「つつこ」活用等にふれ、食文化の背景の理解に努めた。また、現代の日本の食料自給率にふれ、地産地消や伝統食・郷土食の重要性を説明した。生徒に調理実習の材料を国産品、特に栃木県産で揃えたことを伝えると生徒たちから自然に拍手が湧き起こり、驚きとともに食料自給率への意識が芽生えつつあるのではないかと感じた。実習説明には動画（ビデオ）を用いたので、その後の実習活動は戸惑うことなくスムーズに進行できた。講義内容でパワーポイントを用い、図や写真など視覚的提示をすることは、生徒の興味関心を高める上で大変効果的である。しかし、動画等の教材作成には時間と労力が必要であり、多忙化している教育現場では作成しにくい状況がある。効果的指導のためにも教材作成の環境を整えていく必要がある。実習活動では、しもつかれを作る際に欠かせない「鬼おろし」の使い方に生徒達は苦戦していたが、慣れてくると「楽しい」などの声を発していた。「鬼おろし」を初めて見て体験した生徒が多く、貴重な体験と感じてくれたようである。料理方法だけではなく、食を支える道具の大切さを伝える良い機会となった。試食後の感想では、「意外に美味しかった」という意見が多く寄せられた。中には、酒粕のにおいを苦手とする生徒が見られたが、試食後の残食は少なく多くの生徒が完食した。また、「しもつかれ」を郷土料理として残したいかアンケート調査したところ、39人中約8割の生徒が残したいと答えたことから、栃木県の郷土料理への意識が高められたのではないかと感じた（図12）。「現代風しもつかれ」は、鮭の「頭部」を使

用しないという点で伝統性の希薄化が心配されるが、手間と時間を省いたことで2単位しか履修しない家庭基礎の調理実習にも取り入れることが十分可能である。伝統的文化を大切にしながら、ライフスタイルの変容に合わせて、新たな観点で改善・創造することの大切さをこの実践活動を通して実感した。

#### 4. 研究成果と課題

私達の現代の食を支えてきた食文化に焦点を絞って研究を進めてきたが、改めて先人の知恵と技術の素晴らしさを感じ文化の伝承の大切さを痛感した。また、多様化する現代のライフスタイルを考慮すると、先人達も行ってきたようにより良い生活へ向けて工夫・改善する技能を身につけることも必要不可欠である。この研究における具体的な成果としては以下の通りである。

- ①食育・食文化の取り組みにおいて地域連携の重要性を認識した。
  - ②高校生の食文化に関する意識を把握できた。
  - ③栃木県の食文化を具体的に調査することができた。
  - ④手軽に作れる「郷土料理」を授業実践できた。
- 「現代風しもつかれ」を導入することができた。

#### ◆今後の課題◆

- ①地域と連携した食文化伝承の工夫を図る。
- ②地産地消を意識した授業教材を開発する。
- ③食文化を意識しながら生徒が生活者として自立・実践できる力を養う。

#### <参考文献>

- 聞書栃木の食事 日本の食生活全集⑨／農文協○  
栃木民俗探訪／下野新聞社
- 増補版食育のすすめ／服部幸應著／マガジンハウス
- わくわくクッキング／栃木県高等学校教育研究会  
家庭部会編／教育図書
- 調理テキスト（家庭一般編）／栃木県高等学校教育  
研究会家庭部会編／教育図書
- 高校生のための生活学改訂編食品成分表／大修館
- 農林水産省：食料自給率の部屋  
／<http://www.maff.go.jp/zyukyu/index.html>
- 農林水産省：統計情報  
／<http://www.maff.go.jp/j/tokei/index.html>
- 内閣府：食育推進室  
／<http://www8.cao.go.jp/syokuiku/more/research/h19/h19/index.html>